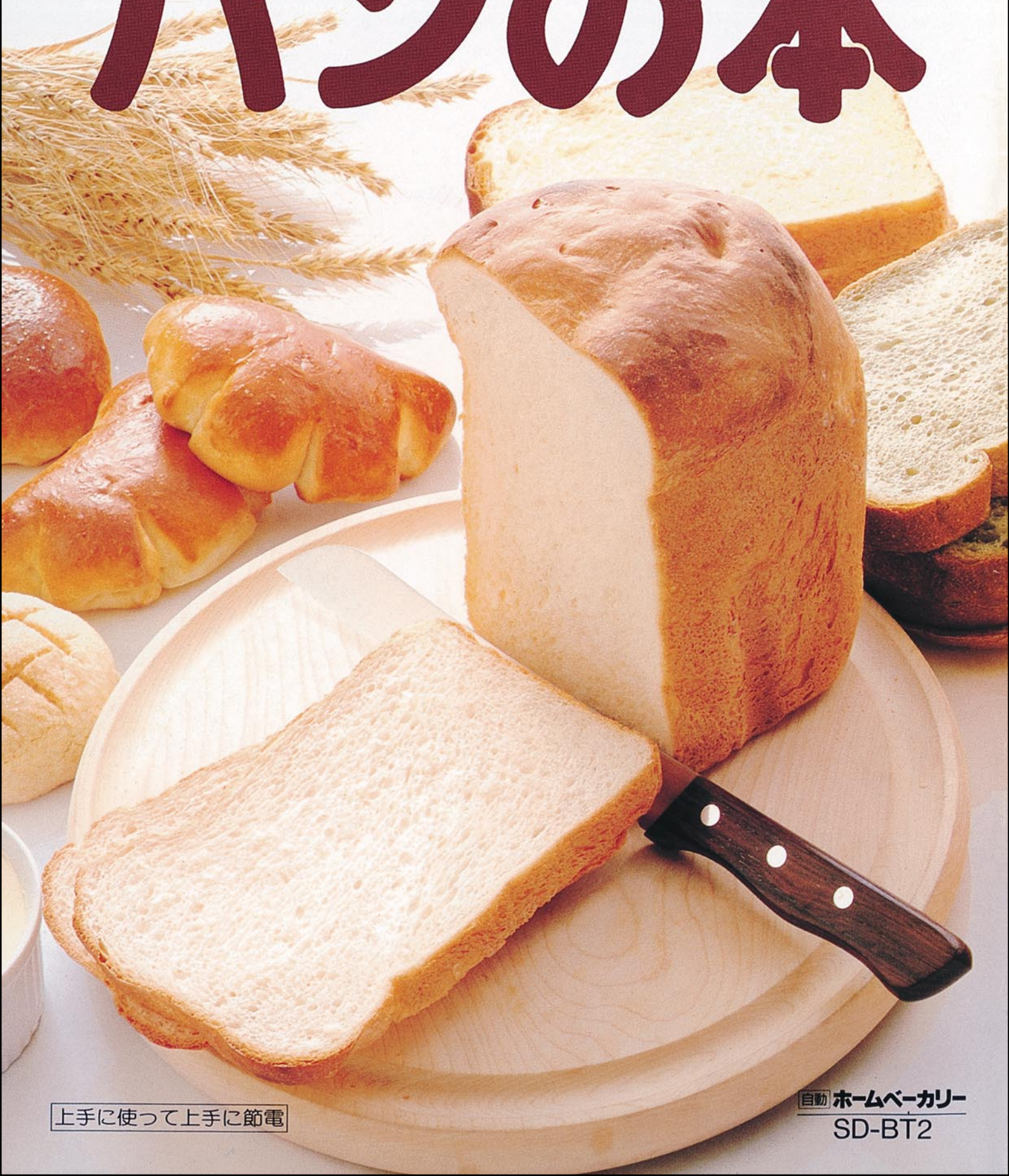
National
自動ホームベーカリーで楽しむ
パンの本
上手に使って上手に節電
自動 ホームベーカリー
SD-BT2

手作りすると、あったかいね、おいしいね。

もくじ

朝。おいしく焼き上がったパンの香りで目覚めるなんて、

ちょっとリッチな気分。

ホームベーカリーがやってきてからわが家では

焼きたての食パンが朝のし・あ・わ・せ。

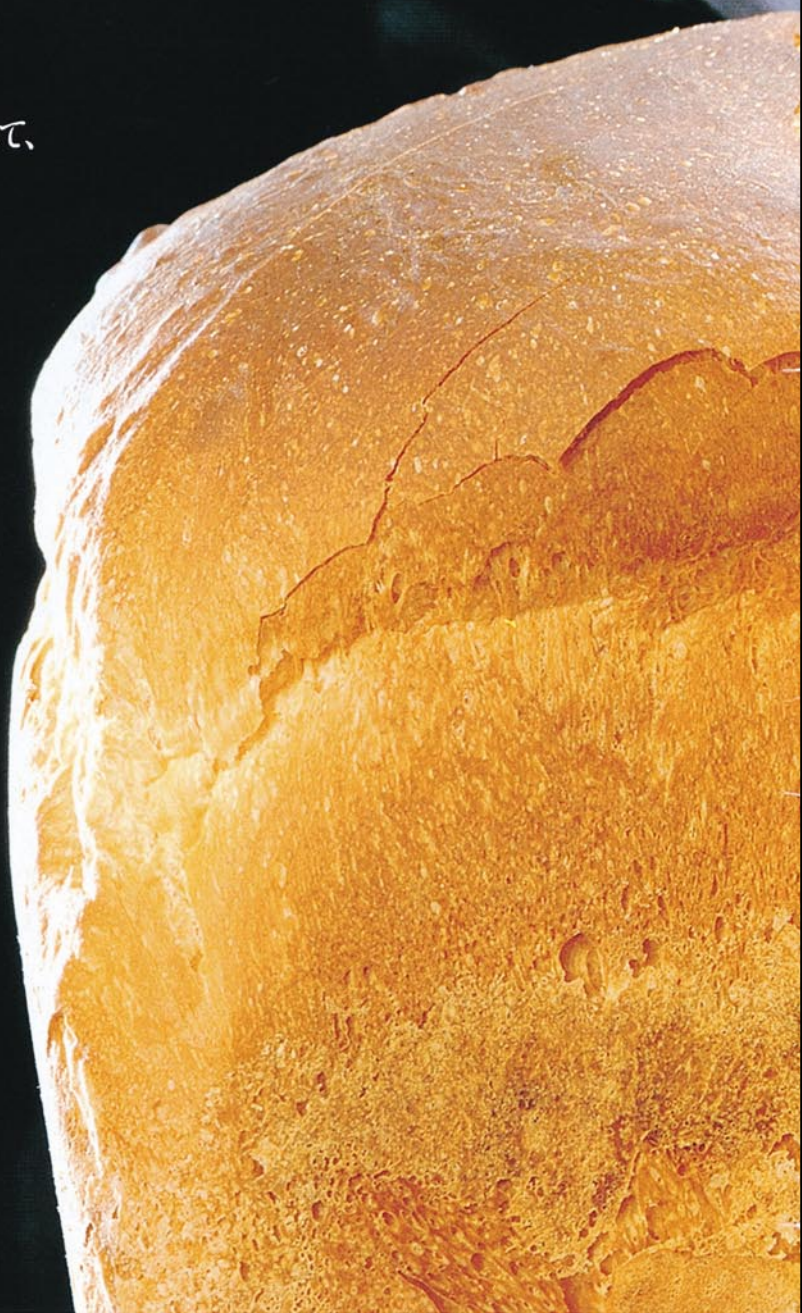
毎朝の食パンだけではありません。

あんパン、コルネ、クロワッサン……。

職人さんのようにきれいな形に焼けなくても

手作りって、おなかも心もあたたかくします。

家族の「おいしい!」っていう顔が見たくて

今日も新しいパンに挑戦です。

監修

大阪コクサイホテル
製菓料理長　木村　昭

●料理の写真は、材料の質、鮮度、写真うつりなどにより、実際のできあがりと多少異なることがあります。

お使いになる前に——

1 コースセレクト機能

「焼き上げまで」のコースと「発酵まで」のコースに分かれます。「発酵まで」のコースの成形発酵および焼き上げは、オーブンなど別の器具をご使用ください。

2 タイマーについて

「焼き上げまで」のコースで使用できます。タイマーで焼き上がりまでの時間をセットします。タイマーセットした場合でも、[スタート]キーを押すと、すぐに「ねり」が始まります。そのあと「ねかし」となり、セットした時間に焼き上がります。

●**牛乳・オレンジ・野菜類のパン**は腐敗することがあるので、**タイマーは使用しないでください。**

●**ぶどう・くるみパン**は、ふくらまないことがあるので、充分に**なるべくタイマーは使用しないでください。**

3 夏場および室温の高いときのご注意

できばえが悪くなりますので、必ず**水量は200mlに減らし、約5℃の冷水**をお使いください。粉なども冷蔵庫に入れておいてください。

4 できばえについて

室温・水温などによって、各行程の時間・できばえが異なります。また、「発酵まで」のコースでは、オーブンによって、できばえに差があります。オーブンのくせを知って、焼いてください。

5 計量スプーンについて

文中の「**大スプーン**」「**小スプーン**」**は付属のスプーンを指します。**市販の計量スプーンを使用する場合は「大さじ」「小さじ」と表現しています。材料を正確に量ることも、パンをおいしく焼くための大切なポイントです。

材料にご注意ください

●故障やフッ素キズつきの原因になりますので、パンケースに氷砂糖、黒砂糖、コーヒー用ザラメ、チーズ、冷凍したバター、氷等の固形物を入れないでください。

●やむを得ずご使用の場合は、細かく（砂糖類は1mm角以下。チーズ、バターは約5mm角以下）してからご使用ください。

6 容量(粉の量)について

容量は必ずお守りください。

(最少量) 140g ～ (最大量) 280g

※胚芽・全粒粉・オートミールパンは、小麦粉と胚芽等を合わせて「粉の量」としています。

※パネトーネ・ブリオッシュは、250gが最大量です。

7 イーストについて

必ず予備発酵のいらないドライイーストを使い、イースト容器に入れてください。他の材料といっしょにパンケースに入れないでください。

アレンジのためのポイント

この本では標準量(最大量)を紹介しています——

①分量を変える場合

たとえば半量パンを作るときは、すべての材料を半分にします。

②配合を変える場合

●「焼き上げまで」のコースで加えるもの（胚芽・野菜・牛乳等）をふやすときは、標準量の1.5倍位までに。多くなるほどふくらみが悪くなります。

●「発酵まで」のコースでは配合は多少調節できますが、できばえが変わってきます。

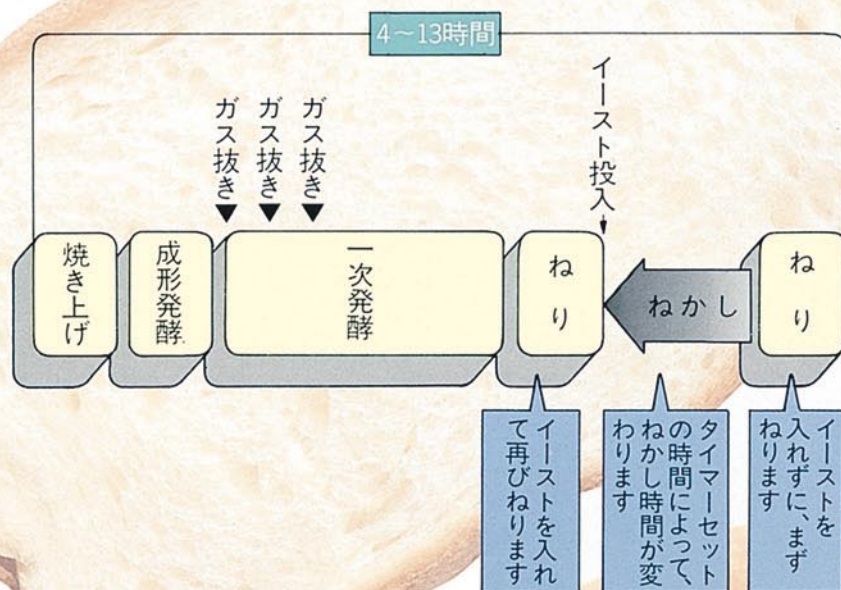
③スキムミルクを牛乳に変える場合（タイマーは使用しない）

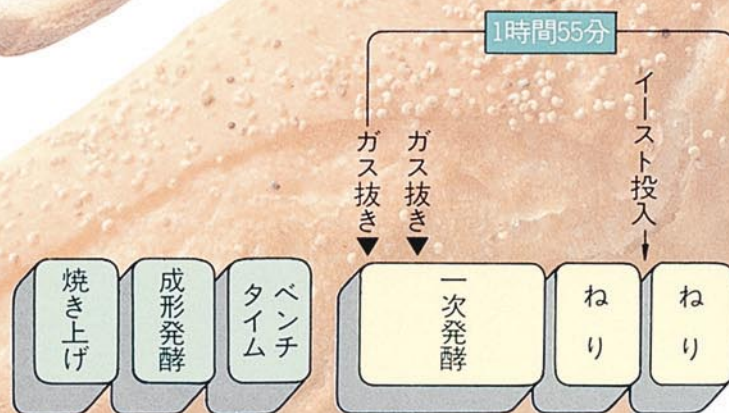
●スキムミルク大スプーン1は、牛乳70ml相当です。

●使用する牛乳と同量の水を減らします。

ホームベーカリーパン作りのしくみ

焼き上げまでのコース

「ねり」から「焼き上げ」まですべて自動で行います。

発酵までのコース

「ねり」から「一次発酵」まで自動で行います。（タイマーセットはできません。）

●ねり
まずイースト以外の材料をねります。途中で自動的にイーストが入り、再びねります。ねることで、小麦粉のたんぱく質の分子がからみ合い、粘りが出てきます。グルテンの形成が目的です。

●ねかし
ねかすことで、のびのあるパン生地にします。

●一次発酵・ガス抜き
イーストが活動しやすい温度に保ちます。また、生地にたまったガスを抜き、よりよい生地を作ります。生地の熟成が目的です。

●ベンチタイム
傷んだ生地を休ませ、落ちつかせます。

●成形発酵
仕上げの発酵です。

●焼き上げ
発酵を完成させ、焼くことで生地をかため、パンの状態にします。

パン作りに必要な材料と道具たち

材料

●小麦粉

小麦粉はたんぱく質の量によって強力粉・中力粉・薄力粉に分けられます。強力粉は、たんぱく質を13～15％も含み、グルテンの量も多いので、パン作りに好適。中力粉はめん類作り、薄力粉はお菓子作りや強力粉と合わせて、パン作りに使うこともあります。

●イースト

イーストは、小麦粉をパンに作り変えるパン用酵母のこと。生イースト・ドライイースト・予備発酵のいらないドライイーストの3種類があります。(自動ホームベーカリーでは必ず、**予備発酵のいらないドライイースト**を使ってください。)

イーストは生き物ですから、死んでいると生地はふくらまず、つんと鼻をさすような悪臭がします。発酵力のある新しいものを使用し、保存は密閉し、必ず冷蔵庫または冷凍庫に入れておきましょう。

●油脂

バター、ショートニングのこと。すだちをよくし、柔らかく光沢のあるパンにします。
また、水分保持にも役立ちます。オーブン皿に油をぬるときにもこれを使います。

●糖分

糖分はイーストの栄養として、また、パンの風味や香りづけとして欠かせません。発酵熟成を促したり、パンの表皮を色よくするのも糖分。パンを柔らかくし、硬くなるのを防ぐ役目もあります。

●食塩

調味のほか雑菌の繁殖を防止し、グルテンをひきしめてパンの内相をよくします。また、発酵を抑制する働きがあります。

●乳製品

スキムミルクや牛乳などのこと。パンの色や光沢、味や香りをいちだんとよくします。栄養価を高め、パンを柔らかくし、硬くなるのを防ぎます。

●卵

味と香り、色つやをよくします。グルテンの強化にも役立ちます。

●水

水は、材料を均一に混合、溶解します。特に、小麦粉のたんぱく質と結合して、グルテンを作る重要な材料です。水は、パン生地の性質、でき具合、味等に影響します。正確に量りましょう。

道具

仕上げ

オーブン

鍋（揚げパン用）

Home Bakery

焼き上げまでのコースで

材料をセットしてスタートキーを押せば、あとはおまかせ。ねるテマや発酵加減の心配なしに、おいしい食パンの焼き上がりです。基本を覚えたらバリエーションにも挑戦してください。

まず、基本の食パンをマスターしましょう

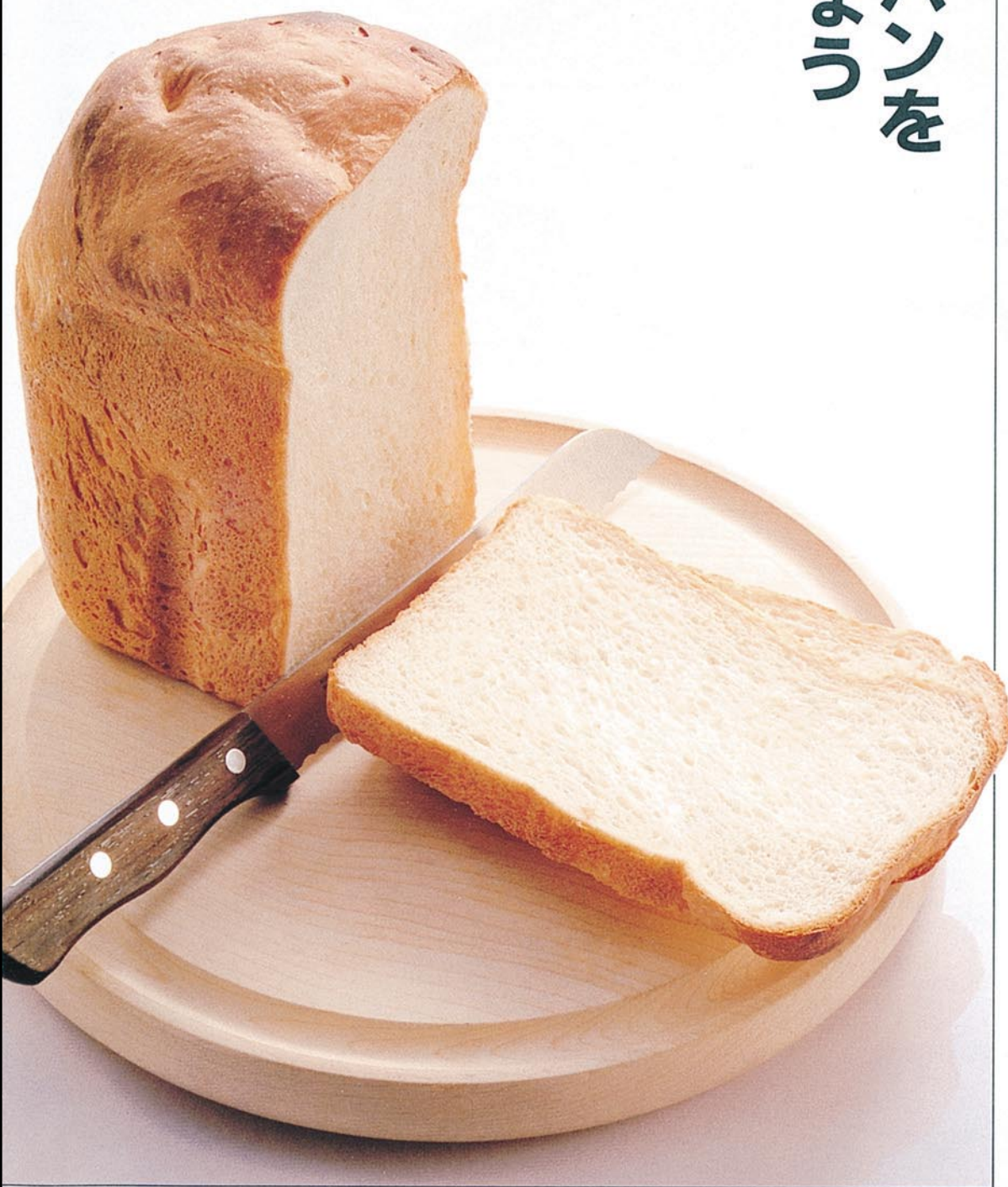
食パンをマスターしてしまえば、入れる材料を変えて、いろいろな応用メニューが楽しめます。

食パン

皮はカリッ、中はフワッフワ

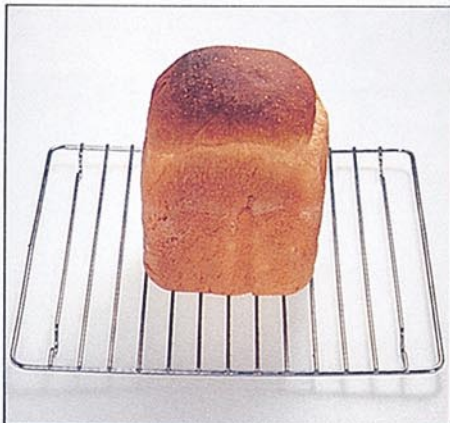
●材料●

強力粉……………280g
砂糖………………大スプーン2
スキムミルク…大スプーン1
塩…………………小スプーン1
バター……………11g
水…………………210㎖
ドライイースト…小スプーン1

※砂糖は大スプーン1まで減らすことができます。焼き色はうすく、高さは低めになります。

1 パンケースに羽根をとりつけ、イースト以外の材料を入れ、本体にセットします。

2 外ふたをして、イースト容器にイーストを入れます。

3 [スタート]キーを押します。

4 ブザーが鳴ったら、すぐに取り出し、網等にのせ、あら熱を取ります。

上手に焼き上げるための

3つのポイント

1 新鮮な材料を使いましょう

●製造年月日を調べて、新しいものを選びましょう。

●イーストは開封後は冷蔵庫または冷凍庫で保存しましょう。

2 計量は正確にしましょう

3 室温・水温に注意しましょう

●室温・水温はパンのできばえに関係してきます。特に夏場は、涼しい所で、必ず水量は200mlに減らし約5℃の冷水をお使いください。

おいしく食べるために

▼焼き上がったら

すぐに取り出し、蒸気を逃がしあら熱を取ります。人肌程度になったら、ビニール袋に入れて乾燥を防ぎます。

▼切るときは

パン切り包丁を使うと上手に切れます。

食パンを横にして、パン切り包丁を前後に動かして切ります。

▼食べるときは

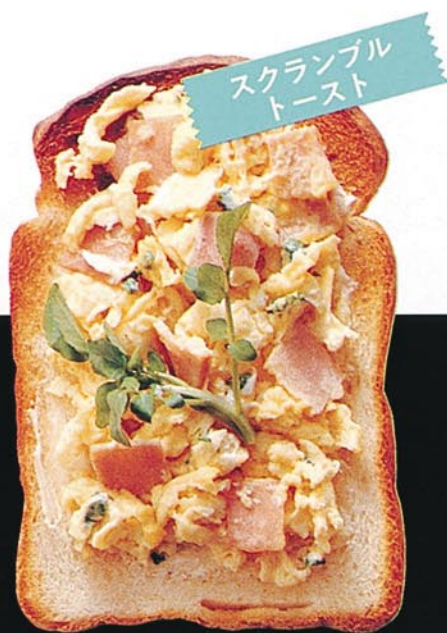
そのままでももちろんOK。トーストすればサクッとした歯ざわりでいっそうおいしくいただけます。

▼保存するなら

ラップで包むかビニール袋に入れて冷凍庫で保存しましょう。

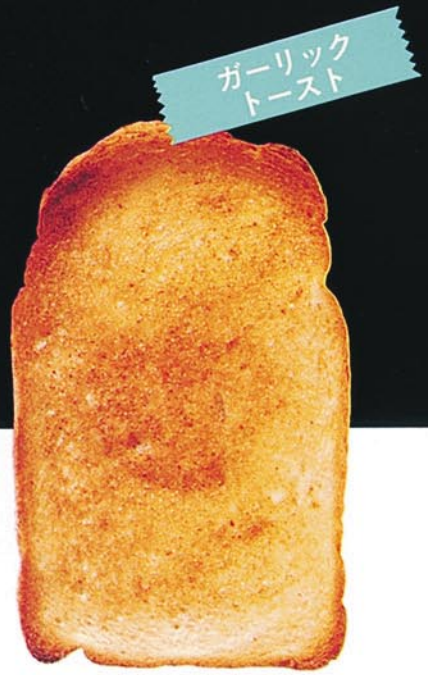
ぬって、のせて、はさんで、トーストバラエティ

もちろんシンプルなバタートーストもおいしいけれど、たまにはひと工夫。おいしさをもっと広げましょう。

トーストにバターをぬり、たらことバターをねり混ぜてぬります。

トーストにバターをぬり、ハムとスクランブルエッグをのせます。

トーストにバターをぬり、シナモンとグラニュー糖をふります。

トーストにさけ（缶詰）・マヨネーズ・こしょうをあえたものをぬります。

卵黄・おろしチーズ・牛乳を混ぜ、バターを薄くぬった上にのせ焼きます。

おろしにんにくとバターを薄くぬって焼き、好みでパプリカを。

いろいろはさんでカラフルに

トーストサンド

作り方

❶軽くトーストした食パン（2枚）の片面にからし・マヨネーズ（各適量）をぬります。

❷スライスハムやうす焼卵、ナチュラルチーズ、トマト、きゅうり、レタスなど、好みの具をはさみ、適当な大きさに切ります。

シナモン風味に仕上げる

フレンチトースト

作り方（2枚分）

❶卵（1個）、牛乳（100㎖）、砂糖（大さじ1）、バニラエッセンス（少々）を泡立て器でよく混ぜ合わせます。

❷食パン（2枚）の全体に①の卵液を含ませます。

❸バター（適量）を熱したフライパンで②をきつね色に焼き、グラニュー糖・シナモン（各適量）をかけます。

チキンとチーズで

クロックマダム

作り方

❶鶏肉（150g）に塩・こしょうをし、サラダ油（適量）を熱したフライパンで焼きます。

❷①と薄く輪切りにしたピーマン（1/2個）、スライスチーズ（1枚）を食パン（2枚）ではさみます。

❸オーブントースターでチーズが溶けるまで焼きます。

ハムとチーズで

クロックムッシュ

作り方

❶食パン（1枚）にバター（適量）を薄くぬり、スライスハム（1枚）とナチュラルチーズ（50g）をのせます。

❷オーブントースターでチーズが溶けるまで焼きます。

※好みでパセリのみじん切りをふります。

基本の食パンをマスターしたら…

小麦粉をベースに、いろいろな穀類、ドライフルーツなどを混ぜこんで焼いてみませんか？ビタミンやミネラルたっぷりの胚芽や全粒粉を混ぜれば、健康や美容のためにもいいですね。

胚芽パン

全粒粉パン

オートミールパン

粉に工夫して

胚芽パン

ビタミンB_1、B_2、繊維が豊富

●材料●

小麦胚芽（炒って、さましておく）…30g
強力粉……………250g
砂糖………大スプーン2
スキムミルク…大スプーン1
塩…………小スプーン1
バター…11g　水…210mℓ
ドライイースト……
…………小スプーン1

作り方

❶食パン（8ページ）と同じ要領で材料を入れ、スタートキーを押します。

全粒粉パン

整腸作用のあるふすま（皮部）入り

●材料●

全粒粉……………30g
強力粉……………250g
砂糖………大スプーン2
スキムミルク…大スプーン1
塩…………小スプーン1
バター…11g　水…210mℓ
ドライイースト……
…………小スプーン1

作り方

❶食パン（8ページ）と同じ要領で材料を入れ、スタートキーを押します。

オートミールパン

素朴な風味が魅力

●材料●

オートミール（えん麦）…30g
強力粉……………250g
砂糖………大スプーン2
スキムミルク…大スプーン1
塩…………小スプーン1
バター…11g　水…210mℓ
ドライイースト……
…………小スプーン1

作り方

❶食パン（8ページ）と同じ要領で材料を入れ、スタートキーを押します。

ドライフルーツやナッツを入れて

ぶどうの甘酸っぱさが口に広がる

ぶどうパン

●材料●

干しぶどう……60g
強力粉……280g
砂糖……大スプーン2
スキムミルク…大スプーン1
塩……小スプーン1
バター……11g
水……210mℓ
ドライイースト……小スプーン1½

作り方

❶食パン(8ページ)と同じ要領で材料を入れ、スタートキーを押します。

やわらかい木の実を入れて

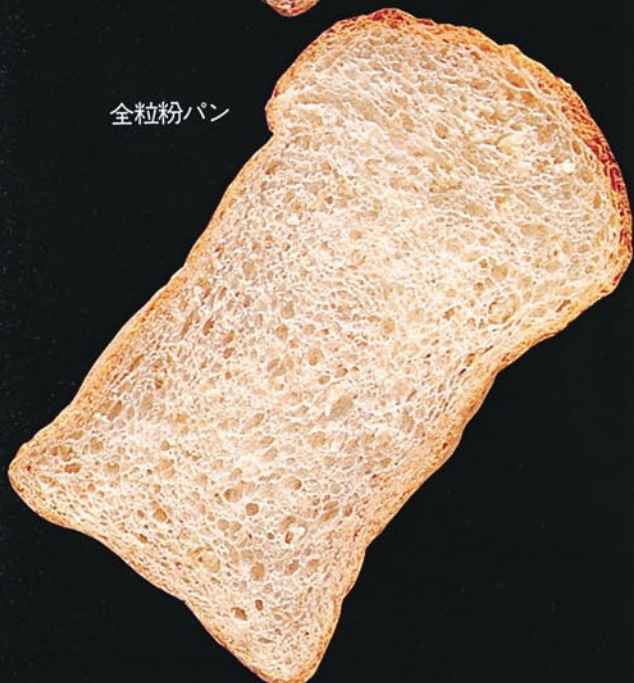
くるみパン

●材料●

くるみ……60g
強力粉……280g
砂糖……大スプーン2
スキムミルク…大スプーン1
塩……小スプーン1
バター……11g
水……210mℓ
ドライイースト……小スプーン1

作り方

❶食パン(8ページ)と同じ要領で材料を入れ、スタートキーを押します。

ドライフルーツは種を取り除いてから、硬いナッツ類(アーモンドなど)は砕いてからお使いください。故障につながります。

COLUMN

からだによい自然食パン

全粒粉(小麦のふすま(皮部)を取り除かずに製粉したもの)や小麦胚芽(小麦の発芽部分)、オートミールを加えた穀類のパンは、ビタミンやミネラルがたっぷり。からだによい自然食パンです。

◀小麦胚芽

オートミール▶

◀全粒粉

くるみパン

ぶどうパン

キャロットケーキや
パンプキンクッキーなど
野菜入りのお菓子が人気です。
そこで食パンにも野菜を入れました。
ふつうの食パンとは
ちがった風味でとてもヘルシー。
牛乳やジュースを入れても
しっとりとおいしくできます。

野菜を入れて

オレンジ色が目にもおいしい

にんじんパン

●材料●

にんじん（皮をむいてすりおろしたもの）……50g
強力粉……280g
砂糖……大スプーン2
スキムミルク……大スプーン1
塩……小スプーン1
バター……11g　水……170㎖
ドライイースト……小スプーン1

作り方

❶食パン（8ページ）と同じ要領で材料を入れ、スタート キーを押します。

野菜ぎらいのお子さまもニッコリ

ほうれん草パン

●材料●

ほうれん草（葉をゆでて絞ったもの）……50g
強力粉……280g
砂糖……大スプーン2
スキムミルク……大スプーン1
塩……小スプーン1
バター……11g　水……170㎖
ドライイースト……小スプーン1

作り方

❶食パン（8ページ）と同じ要領で材料を入れ、スタート キーを押します。

自然の甘みがたっぷり

かぼちゃパン

●材料●

かぼちゃ（ゆでて皮を取り、つぶしたもの）……50g
強力粉……280g
砂糖……大スプーン2
スキムミルク……大スプーン1
塩……小スプーン1
バター……11g　水……170㎖
ドライイースト……小スプーン1

作り方

❶食パン（8ページ）と同じ要領で材料を入れ、スタート キーを押します。

牛乳やジュースを入れて

牛乳パン
ほんのりなつかしい味

●材料●

牛乳……100㎖
強力粉……280g
砂糖……大スプーン2
塩……小スプーン1
バター……11g
水……110㎖
ドライイースト……小スプーン1½

作り方

❶食パン(8ページ)と同じ要領で材料を入れ、スタート キーを押します。

※生牛乳は約70℃にあたためてから充分に冷まします。市販の牛乳はその必要はありません。

オレンジパン
さわやかなオレンジの香り

●材料●

オレンジジュース(果汁100%)……100㎖
強力粉……280g
砂糖……大スプーン2
スキムミルク……大スプーン1
塩……小スプーン1
バター……11g
水……110㎖
ドライイースト……小スプーン1½

作り方

❶食パン(8ページ)と同じ要領で材料を入れ、スタート キーを押します。

COLUMN

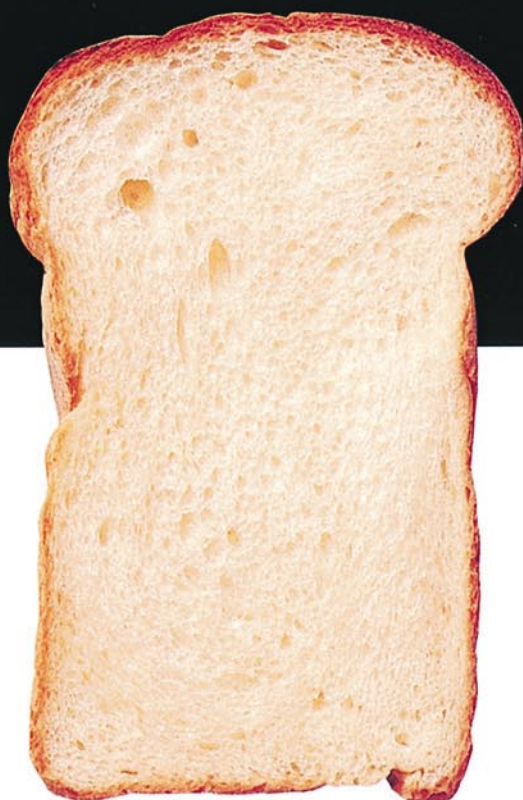
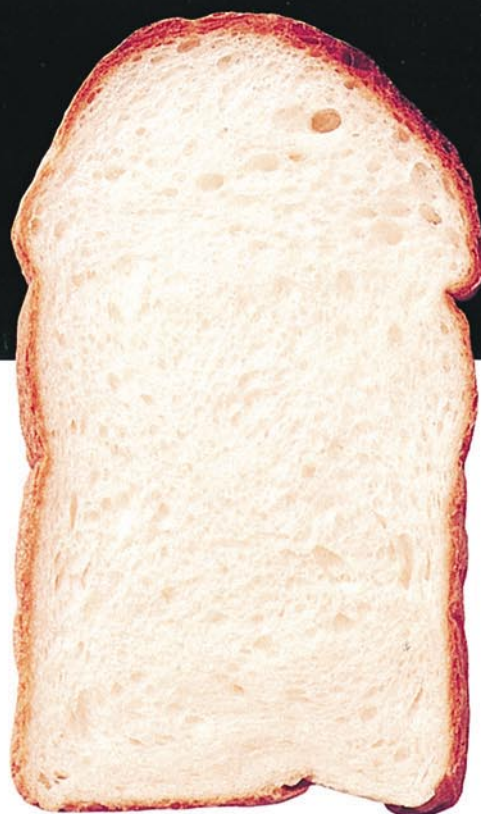
野菜を使ってカラフルに

小麦粉に副素材として野菜を加えた健康パンはいかがですか。
野菜は生をすりおろしたり、ゆでたものを使います。にんじんやかぼちゃのように甘味があり、色がきれいに仕上がる野菜を使えば、好き嫌いの多いお子さまも大喜び。

オレンジパン　　牛乳パン

Home Bakery

発酵までのコースで

※生地が手やめん棒につくときは、打ち粉の回数を増やすと扱いやすくなります。
※成形発酵および焼き上げは、お手持ちのオーブンの指示に従ってください。

バターロール

バターの香りと味を楽しむ

●材料（12個分）●

強力粉……200g
薄力粉……80g
砂糖……大スプーン3
スキムミルク…大スプーン2
塩……小スプーン1
バター……50g
卵…中1/2個　水…150mℓ
ドライイースト……小スプーン1
〈ドリール〉
溶き卵……適量

3 コースセレクトキーで、発酵までに合わせ、続いてスタートキーを押します。

1 パンケースに羽根をとりつけ、イースト以外の材料を入れ、本体にセットします。

4 ブザーが鳴ったら生地を取り出し、ボールに入れラップをし20～30分休ませます。

2 外ふたをして、イースト容器にイーストを入れます。

5 12等分（約45gずつ）し、円すい形にして約10分休ませます。

6 ⑤をのばし、はしをひっぱりながら巻きます。オーブン皿に油をぬっておきます。

7 巻き終わりを下にして並べ、霧吹きし、約30℃で30～50分発酵させます。(1.5～2倍になります)

8 ドリールをぬり、約180℃に予熱したオーブンで10～15分焼きます。

クッキー生地の皮がおいしい

メロンパン

●材料(12個分)●

バターロールの生地(15ページ参照)

グラニュー糖……………少々

〈メロンパンの皮〉…下段参照

作り方

[準備] 生地を作ります。

[ベンチタイム] ❶ブザーが鳴ったら生地を取り出し、20～30分休ませます。

❷①を12等分(約45gずつ)し、丸め、さらに約10分休ませます。

[成形発酵] ❸メロンパンの皮を12等分(約35gずつ)し、丸めます。

❹③を円形にのばし、②にかぶせて包み、丸く形を整えます。

❺④に図のように包丁で格子の筋をつけ、グラニュー糖をつけます。

❻油をぬったオーブン皿に充分間隔をあけて並べます。

❼霧吹きし、約30℃で30～50分発酵させます。

[焼き上げ] ❽約180℃に予熱したオーブンで、10～15分焼きます。

メロンパンの皮

作り方

❶**薄力粉(220g)**と**ベーキングパウダー(小さじ1)**を合わせてふるっておきます。

❷**バター(100g)**をクリーム状に練り、**砂糖(80g)**を加えて、白っぽくなるまで混ぜ合わせます。

❸**卵(1個)**を溶き、②に少しずつ混ぜ、**バニラエッセンス(少々)**をふります。

❹③に①を3回に分けて入れ、ねらないように、さっくり混ぜ合わせます。

❺まとめてラップで包み、冷蔵庫で約20分休ませます。

らせん状に巻いて コルネ

●材料(20個分)●

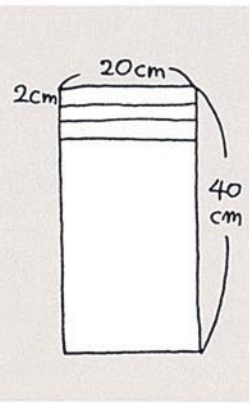
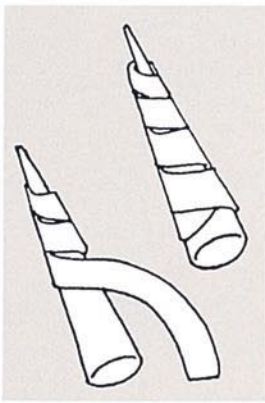
バターロールの生地(15ページ参照)
〈フィリング(詰めるもの)〉……下段参照
〈ドリール〉
溶き卵……適量
コルネ型……20個

作り方

準備 生地を作ります。

ベンチタイム ❶ブザーが鳴ったら生地を取り出し、20~30分休ませます。

成形発酵 ❷①を縦20cm横40cmにのばします。

❸スケッパーで縦20cm横2cmのひも状に切ります。

❹油をぬったコルネ型に上を約2cmあけて③を巻きつけます。

❺油をぬったオーブン皿に並べ、30~50分発酵させます。

焼き上げ ❻⑤にドリールをぬり、霧吹きし、約180℃に予熱したオーブンで10~15分焼きます。

仕上げ ❼焼き上がったら型からはずしてさまします。

❽コルネの穴に好みのフィリングを詰めます。

フィリング(詰めるもの)

カスタードクリーム

作り方

❶**薄力粉・コーンスターチ(各大さじ2)**を合わせてふるっておきます。

❷鍋に①と**卵黄(3個分)**、**砂糖(100g)**を入れ混ぜます。

❸**牛乳(350㎖)**を少しずつ加えて混ぜ、火にかけてトロリとするまで煮ます。

❹火からおろし、**バニラエッセンス(少々)**と**ラム酒(大さじ1)**を入れます。

チョコレートクリーム

作り方

❶**カスタードクリーム(1/2量)**に**ココア(大さじ1)**を加えます。

フルーツクリーム

作り方

❶**生クリーム**に**砂糖**を加え泡立て、刻んだ**果物**を混ぜます。

コーヒーによく合う スイートロール

●材料●

バターロールの生地（15ページ参照）

Ⓐ｛ザラメ砂糖……60g
　 シナモン……大さじ1

Ⓑ｛干しぶどう……60g
　 スライスアーモンド…20g

アプリコットジャム……適量

ドレンチェリー……適量

〈ドリール〉

溶き卵……適量

〈アイシング〉

卵白1/2個分をよくほぐし、粉砂糖60g、レモン汁（又は酢）少々をよく混ぜたもの

21cmケーキ型

敷紙

作り方

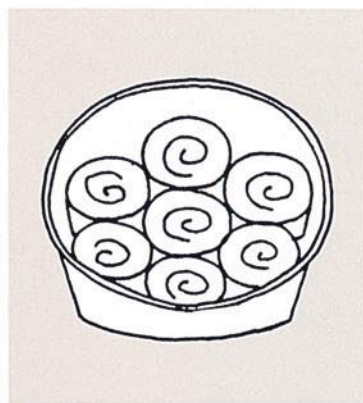
準備 生地を作ります。

ベンチタイム ❶ブザーが鳴ったら生地を取り出し、20～30分休ませます。

成形発酵 ❷①を約20cm幅の長方形にのばし、Ⓐを全体に散らし、続いてⒷも散らします。

❸手前からふんわりと巻き、巻き終わりをしっかりと閉じます。

❹ケーキ型に油をぬり、敷紙を敷きます。

❺③を約3cmの輪切りにし、④に並べ、生地を軽く押さえて落ちつかせます。

❻霧吹きし、40～60分発酵させます。

焼き上げ ❼⑥にドリールをぬり、約180℃に熱したオーブンで20～30分焼きます。

仕上げ ❽焼き上がった⑦にアプリコットジャムをぬり、アイシングとドレンチェリーを飾ります。

※輪切りにした生地は、1個ずつ焼いてもよいでしょう。

好きな形に作って

ドーナツ各種

●材料(16個分)●

バターロールの生地(15ページ参照)

〈飾り用〉

Ⓐ スイートチョコレート(溶かし、絞り出す)
　刻みアーモンド

Ⓑ 粉砂糖
　生クリーム(泡立てる)

Ⓒ グラニュー糖

各適量

作り方

準備 生地を作ります。

ベンチタイム ❶ブザーが鳴ったら生地を取り出し、20～30分休ませます。

❷①を16等分(約35gずつ)し、丸め、さらに約10分休ませます。

成形発酵 ❸図のように、好みの形に成形します。

❹打ち粉をふったオーブン皿に③を並べます。

❺約30℃で、約30分発酵させます。

揚げる ❻約170℃の油で、こんがりキツネ色に揚げます。

仕上げ ❼好みでⒶⒷⒸを飾ります。

リング型

ドーナツ型で抜きます

卵型

両手で形を整えます

ツイスト型

生地を長くのばしてねじり、持ち上げて両端をくっつけます

バリエーション

あんドーナツ・クリームドーナツ

22ページのあんパン・クリームパンの成形発酵を短め(20～30分)にし、ドーナツと同じ要領で揚げ、熱いうちに、グラニュー糖をふります。

朝食にも、おやつにも

おかずのパン

●材料(12個分)●

バターロールの生地(15ページ参照)

〈具〉各1個分ずつ

Ⓐマヨネーズコーン
- マヨネーズ……小さじ1
- ホールコーン……少々

Ⓑハム・チーズロール
- プロセスチーズ……5g
- スライスハム……1/2枚

Ⓒソーセージパン
- ソーセージ……1本

〈ドリール〉
- 溶き卵……適量

作り方

[準備] 生地を作ります。

[ベンチタイム] ❶ブザーが鳴ったら生地を取り出し、20〜30分休ませます。

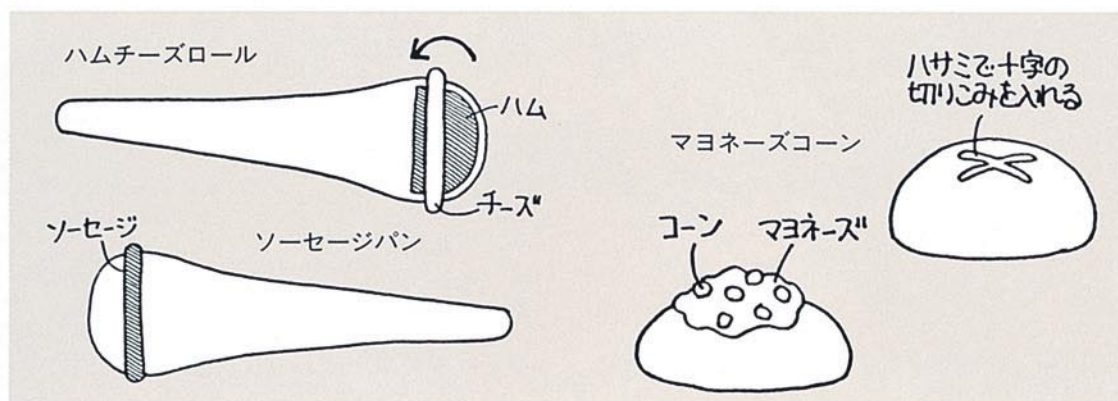
❷①を12等分(約45gずつ)し、丸め、さらに10分休ませます。

[成形発酵] ❸図のように、好みの具を加え成形します。

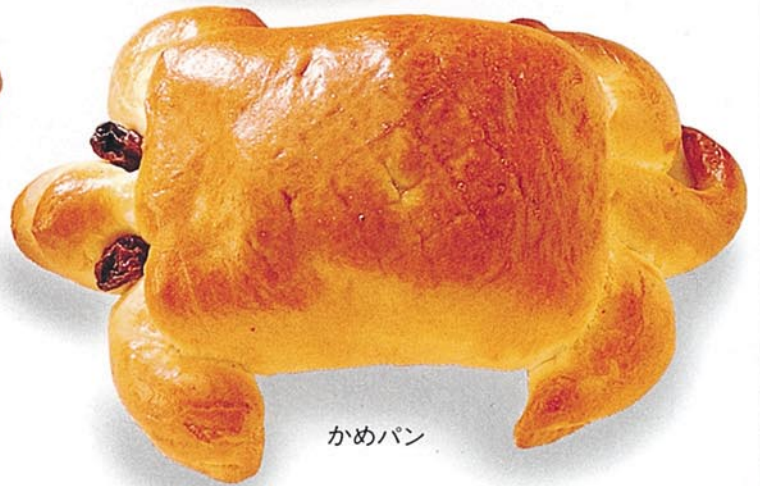
❹油をぬったオーブン皿に③を並べます。

❺霧吹きし、約30℃でⒶⒷは30〜50分、Ⓒは約30分発酵させます。

[焼き上げ] [揚げる] ❻ⒶⒷはドリールをぬり、約180℃に予熱したオーブンで10〜15分焼きます。Ⓒは約170℃の油で、キツネ色に揚げます。

マヨネーズコーン
ソーセージパン
ハムチーズロール

かにパン

うさぎパン

かめパン

アニマルパン

お子さまの好きな動物で

●材料(10個分)●

強力粉……200g
薄力粉……80g
砂糖……大スプーン4
スキムミルク…大スプーン2
塩……小スプーン1
バター……30g　卵……中½個
水……160mℓ
ドライイースト……小スプーン2
〈ドリール〉
溶き卵……適量

作り方

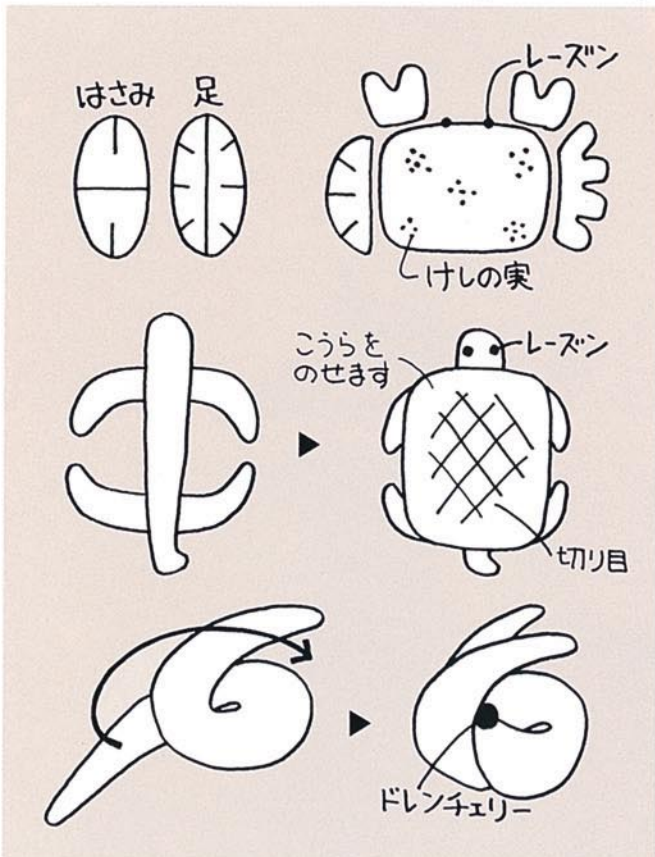
❶材料を準備し「発酵まで」のコースで生地を作ります。

ベンチタイム ❷ブザーが鳴ったら生地を取り出し、20～30分休ませます。

❸②を10等分(約55gずつ)し、丸め、さらに約10分休ませます。

成形発酵 ❹油をぬったオーブン皿に、図のように好みの形に作った生地をのせます。

❺霧吹きし、約30℃で30～50分発酵させます。

焼き上げ ❻⑤にドリールをぬり、約180℃に予熱したオーブンで10～15分焼きます。

日本茶といっしょに

あんパン

●材料(10個分)●
アニマルパンの生地(21ページ参照)
あん……200g
けしの実……少々
〈ドリール〉
溶き卵……適量

作り方

準備 生地を作ります。

ベンチタイム ❶ブザーが鳴ったら生地を取り出し、20〜30分休ませます。

❷①を10等分(約55gずつ)し、丸め、さらに約10分休ませます。

❸あんも10等分(約20gずつ)し、丸めておきます。

成形発酵 ❹②を円形にのばし、まん中にあんをのせ、周囲を絞るようにして包み、丸く形を整えます。

❺指に粉をつけ、まん中をくぼませ、油をぬったオーブン皿に充分に間隔をあけて並べます。

❻霧吹きし、約30℃で30〜50分、発酵させます。

❼⑥にドリールをぬり、けしの実をふりかけます。

焼き上げ ❽約180℃に予熱したオーブンで10〜15分焼きます。

なつかしく、やさしい味

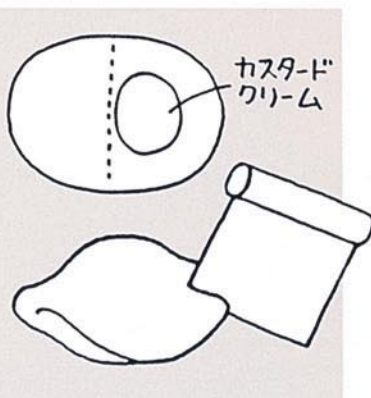
クリームパン

●材料(10個分)●
アニマルパンの生地
(21ページ参照)
カスタードクリーム(17ページ参照)
〈ドリール〉
溶き卵……適量

作り方

準備 生地を作ります。

ベンチタイム ❶あんパンの①②と同じ要領で生地を休ませます。

成形発酵 ❷①をだ円形にのばし、カスタードクリームをのせ、まわりを水でぬらして2つに折り合わせ、はしをスケッパーで切ります。

❸油をぬったオーブン皿に間隔をあけて並べます。

❹霧吹きし、約30℃で30〜50分発酵させます。

焼き上げ ❺④にドリールをぬり、約180℃に予熱したオーブンで10〜15分焼きます。

サクッと軽い焼き上がり

クロワッサン

●材料(12個分)●

Ⓐ
- 強力粉……140g
- 薄力粉……140g
- 砂糖……大スプーン2
- スキムミルク…大スプーン2
- 塩……小スプーン½
- バター……30g
- 水……190㎖
- ドライイースト…小スプーン2

バター(うすく切っておく)140g

〈ドリール〉

溶き卵……適量

1 Ⓐの材料を準備し、「発酵まで」のコースで生地を作ります。

2 ブザーが鳴ったら生地を取り出し、冷蔵庫で約30分休ませます。

3 縦30cm横20cmにのばし、バターをのせ、2つに折りしっかり端を閉じ、冷蔵庫で約1時間休ませます。

デニッシュ

飾りつけはアイデアしだい

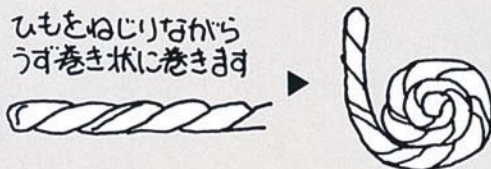
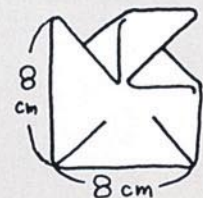
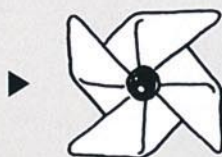
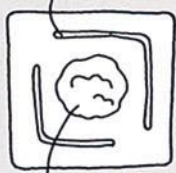
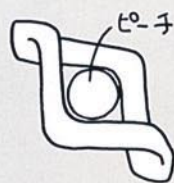
● 材料 ●

クロワッサンの生地(23ページ参照)

〈ドリール〉

溶き卵……適量

作り方

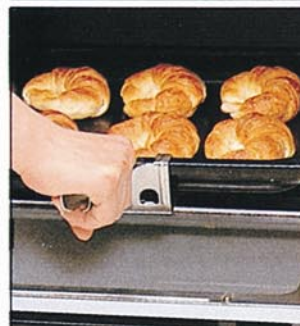
クロワッサン生地を好みの形に成形し、クロワッサンと同じ要領で成形発酵、焼き上げます。

4 冷蔵庫から取り出した③をめん棒でのばし、三つ折りにします。

5 90度回してのばし、再び三つ折りにします。これを3回くり返し、再び冷蔵庫で約1時間休ませます。

6 ⑤を縦50cm横25cmにのばし、12等分します。

7 上部に切り目を入れ、端をひっぱりながら、クロワッサンの形に成形します。

8 油をぬったオーブン皿に並べ、霧吹きし、約30℃で30～50分発酵させます。

9 ドリールをぬり、約200℃に予熱したオーブンで10～15分焼きます。

素朴な食事用パン

プチパン

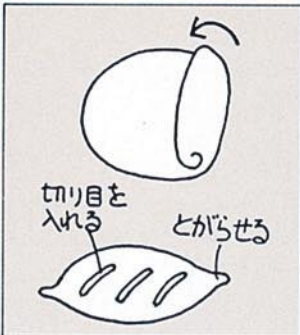
●材料(12個分)●

強力粉……280g
砂糖……大スプーン2
スキムミルク…大スプーン1
塩……小スプーン1
バター……11g
水……190mℓ
ドライイースト……小スプーン1 1/2
〈ドリール〉
溶き卵……適量

1 材料を準備し、「発酵まで」のコースで生地を作ります。

2 ブザーが鳴ったら生地を取り出し、20~30分休ませます。

3 12等分(約45gずつ)し、丸め、さらに約10分休ませます。

4 うすくのばし、端から押さえながら巻きます。

5 油をぬったオーブン皿に並べ、霧吹きし、約30℃で30~50分発酵させます。(約1.5倍になります)

6 ドリールをぬり、約180℃に予熱したオーブンで10~15分焼きます。

ピロシキ
ロシアの素朴なおやつパン

カレーパン　ピロシキ

●材料（12個分）●

プチパンの生地（25ページ参照）

〈具〉

Ⓐ
- 玉ねぎ……中½個（みじん切り）
- にんじん……20g（みじん切り）
- 生しいたけ……2枚（みじん切り）
- ピーマン……1個（みじん切り）
- 合びき肉……100g
- ケチャップ……小スプーン2
- 土しょうが（おろす）……少々
- 水……100ml

水溶き片栗粉（片栗粉大さじ1を水大さじ1で溶く）

塩・こしょう……少々

揚げ油……適量

作り方

準備　生地を作ります。

ベンチタイム　❶ブザーが鳴ったら、生地を取り出し20～30分休ませます。

❷①を12等分（約45gずつ）し、丸め、さらに約10分休ませます。

成形発酵　❸②をだ円形にのばし具をのせ、縁に水をつけて止めます。

❹打ち粉をふったオーブン皿に③をのせ、霧吹きし、約30℃で、約30分発酵させます。

揚げる　❺約170℃の油で、こんがりキツネ色に揚げます。

具の作り方

フライパンでⒶを炒め、塩・こしょうで味を整え、水溶き片栗粉でとろみをつけます。

カレーパン
揚げたては格別

ピロシキと同じ要領で、具に**カレー粉（大さじ1）**を加えます。

ピッツア
パーティや夜食にもぴったり

●材料（6枚分）●

- プチパンの生地（25ページ参照）
- ピッツアソース……200g
- 玉ねぎ（薄切り）……中1個
- ピーマン（薄切り）……2個
- スライスハム……6枚
- オイルサーディン……1缶（105g）
- アンチョビ……少々
- ナチュラルチーズ（ピザ用）・350g
- パイ皿

作り方

準備　生地を作ります。

ベンチタイム　❶ブザーが鳴ったら、生地を取り出し20～30分休ませます。

❷①を6等分（約85gずつ）し、丸め、さらに10分休ませます。

成形発酵　❸②を円形にのばし、パイ皿にのせ、フォークで穴をあけます。

❹室温で約20分休ませます。

❺④にピッツアソースをぬり、具とチーズを均一にのせます。

焼き上げ　❻約200℃に予熱したオーブンで、周囲の生地がリチーズが溶けるまで15～20分焼きます。

フルーツをたっぷり入れて
パネトーネ

●材料（6個分）●

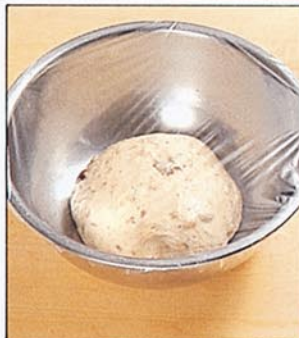
強力粉……250g
砂糖……大スプーン2
スキムミルク…大スプーン2
塩……小スプーン1
バター……70g
水……120～140㎖
ラム酒づけドライフルーツ……150g
ドライイースト……小スプーン3
Ⓐバター（溶かしておく）……20g
ココット皿……6枚
パネトーネ敷紙……6枚

ドライフルーツ

※ラム酒づけドライフルーツのつけ込み具合で水の量を調節してください。

1 材料を準備し、「発酵まで」のコースで生地を作ります。

2 ブザーが鳴ったら、生地を取り出し、20～30分休ませます。

3 ②を6等分（約110gずつ）し丸め、敷紙を入れたココット皿に入れて、オーブン皿に並べます。

4 霧吹きし、約30℃で約90分発酵させます。（約1.5倍になります）発酵したらⒶをぬります。

5 約180℃のオーブンで約10分。再びⒶをぬり、約160℃で約25分焼き、仕上げにもⒶを。

「ラム酒づけドライフルーツ」の作り方

ドライフルーツ（オレンジピール、レモンピール、ドレンチェリーなど）は3㎜角程度に細かく切り、レーズンとともに、短かくても2～3日、ラム酒につけます。

お菓子のようにリッチなパン

ブリオッシュ

●材料(18個分)●

強力粉……200g
薄力粉……50g
砂糖……大スプーン4
スキムミルク…大スプーン2
塩……小スプーン1
バター……80g
卵黄……3個分
水……120ml
ドライイースト……小スプーン2
レモンの皮(すりおろす)…少々
バニラエッセンス……少々
〈ドリール〉
溶き卵……適量
ブリオッシュ型(油をぬっておく)……18個

1 材料を準備し、「発酵まで」のコースで生地をつくります。

2 ブザーが鳴ったら、生地を取り出し、20～30分休ませます。

3 ②を18等分(約30gずつ)し、1個をさらに大小2つに分けます。

4 型に大きい方を入れ、指に粉をつけ、まん中をくぼませ、そこにドリールをぬり、小さい方をのせます。

5 落ちないように3カ所切りこみを入れ、霧吹きし、約30℃で30～40分発酵させます。

6 ドリールをぬり、約180℃に予熱したオーブンで、10～15分焼きます。

パリッとした皮が香ばしい

フランスパン

●材料(4本分)●

- 薄力粉……………140g
- 強力粉……………140g
- 塩……………小スプーン1
- 水……………200mℓ
- ドライイースト…小スプーン1½
- けしの実……………少々
- キャンバス地

1 材料を準備し、「発酵まで」のコースで生地を作ります。

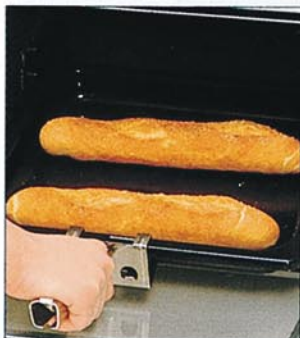
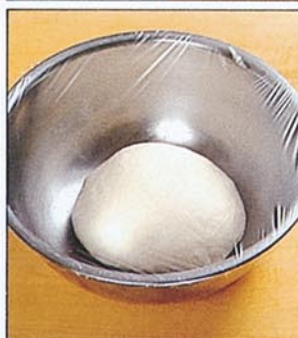
2 ブザーが鳴ったら生地を取り出し、20〜30分休ませます。

3 ②を4等分(約120gずつ)し、丸め、さらに10分休ませます。

この部分で押さえながら巻きます

4 ③をだ円形にのばし、端から巻きます。一回巻くごとに手のひらで押さえ、最後にころがします。

5 巻き終わりを上にして、キャンバス地の上に置き、室温で50〜60分発酵させます。

6 巻き終わりを下にして並べ、切り目を入れ、たっぷり霧吹きし、けしの実をふりかけます。

7 約210℃に予熱したオーブンで25〜30分焼きます。

ティータイムにもぴったり

コーンマフィン

●材料(16個分)●

- コーンミール……80g
- 薄力粉……200g
- 砂糖……大スプーン3
- 塩……小スプーン1
- 水……150㎖
- ドライイースト……小スプーン1
- プリン型(うすく油をぬっておく)……16個

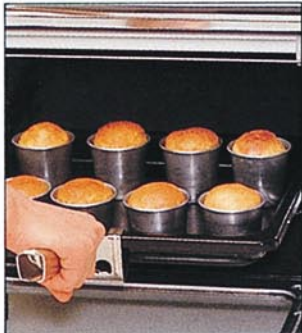
コーンミール(トウモロコシの粉)

1 材料を準備し、「発酵まで」のコースで、生地を作ります。

2 ブザーが鳴ったら、生地を取り出し、20~30分休ませます。

3 ②を16等分(約30gずつ)し、丸めて型に入れ、さらに約10分休ませます。

4 霧吹きし30℃で30~50分発酵させます。(約1.5倍になります。)

5 約180℃に予熱したオーブンで10~15分焼きます。

松下電器産業株式会社　電化調理事業部

〒555 大阪市西淀川区姫里3丁目8番3号　電話(06)471－5051

SD773-100-X
S0287R 4